



Universidade de Brasília

Faculdade de Ciências da Saúde

Departamento de Nutrição

Disciplina: Trabalho de Conclusão de Curso II

Orientadora: Elisabetta Recine

De onde vem nossa comida?

Ana Maria Thomaz Maya Martins – 10/0092357

BRASÍLIA-DF

2014

De onde vem nossa comida?

Where our food comes from?

Ana Maria Thomaz Maya Martins¹

Elisabetta Recine²

¹ Universidade de Brasília, Faculdade de Ciências da Saúde, Departamento de Nutrição.

Campus Universitário Darcy Ribeiro - Asa Norte

70910900 - Brasília, DF - Brasil

Telefone: (61) 31070090

² Universidade de Brasília, Faculdade de Ciências da Saúde, Departamento de Nutrição.

Campus Universitário Darcy Ribeiro - Asa Norte

70910900 - Brasília, DF - Brasil

Telefone: (61) 31070090

Correspondência: Ana Maria Thomaz Maya Martins

anamariat.maya@gmail.com

Trabalho apresentado ao curso de graduação em Nutrição, da Universidade de Brasília, para avaliação da disciplina correspondente a Trabalho de Conclusão de Curso.

BRASÍLIA – DF

2014

ÍNDICE

Introdução.....	4
Revisão Bibliográfica.....	6
- Objetivo Geral.....	11
- Objetivos Específicos.....	11
Metodologia.....	11
Resultados e Discussão.....	16
Conclusão.....	25
Referências Bibliográficas.....	27
Anexos.....	31
Anexo 1 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	31
Anexo 2 – Termo de Autorização para utilização de imagem e som de voz para fins de pesquisa.....	33
Anexo 3 – Termo de concordância de instituição co-participante.....	34
Anexo 4 – Fotos.....	35

1. INTRODUÇÃO

A promoção da saúde consiste na combinação de apoios educacionais e ambientais que articulam ações e condições de vida relacionadas à saúde. Nesse contexto, os apoios educacionais e ambientais, usam experiências de aprendizagem que são delineadas de forma a facilitar ações voluntárias e autônomas que promovam a saúde. Nesse delineamento, devem ser levadas em consideração as condições de vida da população, permitindo que a promoção da saúde ultrapasse os fatores comportamentais, abrangendo determinantes sociais, políticos e econômicos. Dessa forma, a promoção da saúde se caracteriza como dimensão essencial no processo saúde-doença-cuidado e tem como objetivo promover ações e condições de vida compatíveis com a saúde (CANDEIAS, 1997).

Em toda a América Latina, durante a década de oitenta e início da de noventa, as políticas de promoção da saúde eram consideradas de responsabilidade exclusiva do setor saúde e as escolas se constituíam receptores passivos das intervenções, que muitas vezes eram desarticuladas, dirigidas à solução de problemas ou objetivos específicos (OPAS, 2003). Uma análise comparativa, realizada ao final da década de oitenta, evidenciou uma metodologia caracterizada fundamentalmente pela transmissão didática da informação, sobre temas isolados e não com o desenvolvimento de capacidades que proporcionariam uma vida saudável (OPAS, 2003). No entanto, as mudanças trazidas pela internacionalização da economia, descentralização do poder, pela crise de paradigmas em saúde e pela crescente abertura de espaços para participação social incidiram na saúde pública e influenciaram o enfoque das ações de saúde nas escolas. E é no meio deste panorama de mudanças que o papel da comunidade escolar se torna essencial para melhoria das condições de saúde, bem estar e desenvolvimento integral de crianças e adolescentes (OPAS, 2003). Na perspectiva da alimentação e nutrição a escola se constitui como ambiente favorável para estímulo da autonomia para o cuidado à saúde e qualidade de vida. A parceria entre a educação e a saúde deve ultrapassar o currículo e se integrar ao cotidiano escolar, tendo como participantes os alunos, pais, educadores, donos de cantina e profissionais da saúde (BRASIL, 2003).

No contexto de políticas públicas, a EAN tem por objetivo não somente desenvolver ações que promovam a alimentação adequada em termos nutricionais e sanitários, mas também possibilitar, por meio de sua inclusão como parte componente dos currículos escolares, a integração dos temas Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), ao processo de ensino aprendizagem desenvolvido na escola (BARBOSA, et al, 2012) . No ambiente escolar, ela deve se caracterizar como promotora de hábitos culturais e sociais para as crianças e como espaço privilegiado para a abordagem de conhecimentos necessários ao desenvolvimento social e econômico, permitindo construção da autonomia por meio de análises críticas e fornecendo informações, para que a educação se consolide como prática social (BARBOSA, et al, 2012).

Tendo em vista que a EAN é de conhecimento e de prática contínua, para a sua inclusão no ensino, a abordagem pedagógica deve se fundamentar nos seguintes pilares:

- 1) Diálogo - não apenas transmissão da informação;
- 2) Significativa – que tenha sentido para o aluno;
- 3) Problematicadora – levando à reflexão;
- 4) Transversal – integração com diferentes disciplinas do currículo;
- 5) Lúdica – o aprendizado e a vivência a partir da criatividade;
- 6) Promoção da construção própria de conhecimento – o conhecimento é gerado pela reflexão, contextualização e síntese ;
- 7) Cultivo à construção de cidadania, promovendo a autonomia, crítica e autodeterminação (BIZZO e LEDER, 2004).

Além disso, a prática de EAN deve usar abordagens e recursos educacionais ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e comunidades, levando em consideração, as condições sociais, as fases do curso da vida e os relacionamentos interpessoais.

O discurso e empoderamento que serão discutidos nesse trabalho se relacionam com a forma que o indivíduo percebe o alimento que lhe chega todos os dias, de onde ele vem,

quem comprou e de onde comprou, quem selecionou e sua importância para a manutenção da saúde (BARBOSA, et al, 2012). Para responder a esses questionamentos o sistema alimentar se caracteriza como um dos temas estratégicos de abordagem para a Educação Alimentar e Nutricional. Esse sistema se interconecta com a EAN no momento em que se identifica que em cada etapa desse processo, o indivíduo pode fazer decisões e escolhas que influenciam a Segurança Alimentar e Nutricional.

O sistema alimentar apresenta a cadeia de atividades que ligam a produção dos alimentos, processamento, distribuição, consumo e disposição de resíduos, bem como todas as instituições e atividades reguladoras. A produção diz respeito ao cultivo e criação de animais; no processamento acontece a transformação dos alimentos em produtos; na distribuição os produtos são armazenados e transportados para o local de distribuição; a distribuição diz respeito a venda do produto; no consumo o alimento é adquirido e consumido; por fim na disposição de resíduos os produtos são descartados (KAUFMAN, KAMESHWARI, 2000).

A partir da análise do atual sistema alimentar fica evidente que ele não promove saúde, tendo em vista os milhões de pessoas que continuam desnutridas, enquanto outras consomem dietas que se constituem como fatores de risco para o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis (HAWKES, et al. 2013). Tendo isso em vista, a EAN deve apresentar o alimento e a alimentação tanto pela vertente da sua composição e qualidade nutricional, quanto, principalmente, como expressão de identidade e, nessa perspectiva, o alimento retoma suas características que o relacionam com a economia, a saúde, a cultura, o lazer, o trabalho, o prazer, entre outros (BARBOSA, et al, 2012) .

2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A Educação Alimentar e Nutricional deve considerar os aspectos relacionados à sua evolução histórica como política pública no Brasil, além das múltiplas dimensões da alimentação e do alimento e os diferentes campos de saberes e práticas. Dessa forma, podem ser construídas ações que integrem o conhecimento científico e o popular (MDS,2102).

O termo Educação Alimentar e Nutricional será adotado nesse trabalho com o objetivo de que as ações reconheçam não só o alimento e a alimentação, mas também os processos de produção, abastecimento e transformação, além dos aspectos nutricionais. A EAN se insere no contexto de realização do Direito Humano à Alimentação Adequada, como um campo de prática contínua, multiprofissional, intersetorial e transdisciplinar, que visa promover hábitos saudáveis. Sua prática deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos (MDS, 2012).

No pós guerra, instituições norte americanas desenvolveram políticas de distribuição de alimentos como forma de redução da situação de fome em muitos países. A ajuda alimentar recebida, justificou no contexto brasileiro, o desenvolvimento de estratégias de educação alimentar com o objetivo de facilitar o consumo desses alimentos. Durante a década de 60 as atividades ficaram restritas a distribuição de panfletos e livretos. Após a instauração do regime militar em 1964 as ações de alimentação contemplavam, também, a suplementação alimentar, combate às carências nutricionais e racionalização do sistema produtor de alimentos. O Estudo Nacional de Despesa Familiar (ENDEF) realizado na década de 70 mostrou que o principal obstáculo da população brasileira para uma alimentação saudável era a renda e que apenas alterações no modelo econômico traria diferença, daí o binômio alimentação/renda passa a ter mais atenção que o alimentação/educação. Somente em meados de 1980, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) voltou a ser resgatada e valorizada, principalmente pela renovação da promoção da saúde e da inspiração pelas propostas de Paulo Freire (BOOG, 1997). Desde então, passam a ser debatidos elementos de reflexão crítica sobre a incapacidade de promover hábitos alimentares saudáveis. É nesse período que a ação educacional baseada em uma ação crítica contextualizada, com relações horizontais e com valorização dos saberes práticos populares alinha-se aos movimentos de democratização e equidade (BOOG, 1997).

Atualmente as ações de educação alimentar e nutricional no ambiente das escolas públicas brasileiras podem ser desenvolvidas por meio de duas ações governamentais: o Programa Nacional de Alimentação do Escolar (PNAE) e o Programa Saúde na Escola (PSE). O PNAE atende especificamente a estudantes de escolas públicas, filantrópicas e de entidades comunitárias, que frequentam qualquer etapa da educação básica (BRASIL, 2014). Além do fornecimento de refeições o PNAE se propõe a apoiar e incentivar ações

de EAN. O PSE, se caracteriza pela parceria entre os Ministérios da Saúde e Educação, desenvolvendo ações relacionadas a prevenção, promoção e atenção à saúde, sendo que a alimentação tem sido tema constante na agenda dos profissionais (RAMOS, SANTOS, REIS, 2013).

As ameaças à plena realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável, derivadas dos recorrentes aumentos nos preços dos alimentos e da crise econômica mundial, demandam que as estratégias de EAN estejam em consonância com esse cenário. Dessa forma, deve se ressaltar o desajuste entre a oferta e demanda mundial, caracterizando uma crise no modelo de produção e consumo de alimentos, colocando em questão a soberania e a segurança alimentar e nutricional das nações (BRASIL, 2009).

Hoje, convivem lado a lado carências alimentares básicas e tendências de consumo e hábitos alimentares que colocam em risco a alimentação saudável (variada, equilibrada, suficiente, acessível, colorida e segura), o consumo sustentável e a Segurança Alimentar e Nutricional (realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis) (BRASIL, 2006).

Conhecendo esses conceitos, é necessária uma reflexão sobre a interferência das grandes indústrias alimentares sobre os padrões de produção e consumo adquiridos, a organização da produção e os acordos internacionais (BRASIL, 2009), além da percepção sobre os papéis positivos desempenhados pelos pequenos e médios produtores de alimentos, sobre a oferta de alimentos regionais e sazonais com qualidade e consequente estímulo à diversidade cultural, essencial para a garantia da Segurança Alimentar e Nutricional (MALUF, 2006).

Muito próximo aos conceitos de SAN, encontra-se a sustentabilidade, que se apoia em três dimensões: econômica, social e ambiental. O consumidor desempenha papel importante na promoção da SAN, podendo estimular formas equitativas, sustentáveis e diversificadas de produção para produtores urbanos e rurais. Dessa forma, a educação alimentar e nutricional, além de educar para o consumo de alimentos deve acrescentar a

noção do consumo solidário e sustentável voltada para a valorização dos aspectos sociais, ambientais e culturais envolvidos na produção e distribuição dos alimentos (MALUF, 2006).

De acordo com o Marco de Referência de EAN, “a abordagem com o sistema alimentar deve compreender desde o acesso à água, à terra e aos meios de produção, as formas de processamentos, abastecimento, de comercialização e de distribuição; a escolha e consumo dos alimentos, incluindo as práticas alimentares individuais e coletivas, até a geração e designação de resíduos”. Abordando todos esses temas as atividades de EAN permitem que grupos e indivíduos façam escolhas alimentares mais conscientes e que, além disso, possam interferir de forma positiva no sistema alimentar. As atividades devem ser sempre estar voltados ao seguimento dos princípios doutrinários do SUS (universalidade, equidade, integralidade), no campo da saúde e aos princípios da PNAE, do campo da educação (MDS, 2012).

Para Maluf, a SAN não depende apenas de um sistema alimentar que garanta produção, distribuição e consumo de alimentos em quantidade e qualidade adequadas, mas que também não comprometa a capacidade futura de produção, distribuição, consumo e condições favoráveis à vida. Hoje há uma forte preocupação com o modelo insustentável da produção de alimentos, o marketing e o consumo excessivo. Não é suficiente que as pessoas apenas reconheçam os alimentos como saudáveis e não saudáveis, mas que elas desenvolvam uma capacidade crítica sobre o processamento dos alimentos e seus impactos, não apenas ao indivíduo, mas em toda a sociedade, englobando aspectos sociais, ambientais e econômicos.

Um grupo de professores da “*Columbia University*” tem realizado pesquisas sobre o uso do sistema alimentar como ferramenta de educação alimentar e nutricional para crianças. Segundo eles, o uso de etapas de aprendizagem aperfeiçoa a capacidade de compreensão e fixação. Quando o aluno é exposto a um determinado assunto para aprendido, ele deve inicialmente compreender as etapas do processo de forma isolada, para depois ser capaz de explicar as várias partes. Uma vez que o aluno consegue explicar as diferentes partes, ele começa a pensar nas relações entre elas. Daí então, a percepção do sistema por completo é finalmente atingida e as explicações sobre o sistema se tornam

resumidas e conectadas. Então resumindo, o processo de aprendizagem do sistema alimentar se divide em seis etapas de acordo com a figura 1 (Universidade Columbia).



Figura 1: Diagrama de representação das etapas do processo de aprendizado.

As etapas que os pesquisadores compreendam como o processo de compreensão do sistema alimentar se torna mais complexo para os estudantes. Nesse estudo, são utilizados pré e pós-testes para análise da efetividade do ensino, nos quais os alunos devem fazer a descrição dos cenários visualizados nas atividades, fazer escolhas dentro do cenário ao qual estão expostos, analisar impactos e tomar posição em relação a problemas diários de alimentação e meio ambiente, com o objetivo de gerar autonomia e posicionamento crítico. De acordo com os resultados apresentados pelo grupo de estudos, ao final das intervenções os alunos de fato apresentam maior conhecimento científico sobre o assunto trabalhado e conseguem aplicar esses conhecimentos em atividades diárias (Universidade Columbia). Esse grupo de estudo da Universidade de Columbia, acredita que por meio do ensino do sistema alimentar pode se construir um ambiente que cria oportunidades para que todos tenham acesso a opções alimentares saudáveis, por meio de suas escolhas.

Dessa forma, percebe-se a escola como lugar propício para a promoção da autonomia e visão crítica e que o sistema alimentar influencia o ambiente para a escolha dos alimentos.

Associando esses dois fatores ao método de ensino que utiliza as etapas do processo para gerar compreensão, se percebe a oportunidade para criação de um instrumento de Educação Alimentar e Nutricional que permita que dentro do ambiente escolar, as crianças possam compreender cada etapa do sistema alimentar de forma separada e que ao final, possam juntar cada uma delas para construir, de forma autônoma, um processo. Além disso, permitir a percepção da influência de suas escolhas, sobre o sistema alimentar.

Objetivo Geral

Desenvolver instrumento para Educação Alimentar e Nutricional para crianças abordando os processos e características do sistema alimentar atual e testar sua aplicabilidade e compreensão.

Objetivos Específicos

1. Desenvolver uma revista voltada ao público infantil, tendo como foco o sistema alimentar;
2. Aplicar material de Educação Alimentar e Nutricional, com crianças na faixa etária entre nove e onze anos;
3. Identificar os aspectos que foram melhor compreendidos e o envolvimento com as atividades propostas.

3. METODOLOGIA

A intervenção em EAN deve ser atrativa para as crianças e permitir que o conhecimento seja construído de forma participativa. Seu tema central será o sistema alimentar, suas características e etapas, de maneira a contribuir para que as crianças façam escolhas conscientes e que possam interferir positivamente nas etapas do sistema.

Como fio condutor da revista deve ser criada uma história, com personagem principal que tenha vida similar a das crianças que participarão da intervenção. Essa história permitirá que as crianças avancem no sistema alimentar e compreendam cada etapa separadamente. Para que as crianças tenham autonomia na construção do conhecimento,

serão propostos desafios, cujos muitos deles foram inspirados no livro “*Mission Explore: Food*” (ELLISON, et al. 2012). Além da história e desafios, a revista contará com algumas curiosidades que permitem reflexão sobre o tema do capítulo.

O título escolhido foi: “De onde vem nossa comida?”. O Sistema Alimentar foi trabalhado pelo cultivo, produção e processamento do milho por se tratar de um alimento comum, tanto quando consumido em sua forma natural, quanto sendo ingrediente importante em diversos produtos industrializados. De acordo com a Associação Brasileira das Indústrias de Milho, o milho é um dos cereais mais cultivados em todos os continentes, sendo que no Brasil esta é uma cultura que ocupa extensas áreas (ABIMILHO, 2011). Além das suas qualidades nutricionais, o milho pode ser consumido em sua forma mais natural ou como ingrediente na fabricação de balas, biscoitos, pães, chocolates, geléias, sorvetes, maionese e cerveja. Cultivado em todo país, é a matéria prima principal de várias preparações culinárias como cuscuz, polenta, angu, bolos, canjicas, mingaus, cremes, entre outros.

A revista se inicia com uma introdução do tema a ser trabalhado e apresentação do personagem principal, que será chamado de Miguel. O primeiro capítulo tem o título, “Comida de vó.”, nele, Miguel passa o dia na casa da avó, que faz para ele seu prato preferido para o lanche, cuscuz doce. Além de relembrar o vínculo familiar com pratos típicos, esse capítulo estimula a criança a cozinhar em casa, por trazer a receita do cuscuz, dicas de segurança na cozinha e por apresentar um desafio no qual as crianças deveriam fazer uma receita com o seu responsável ou sozinhas (a depender do grau de dificuldade da receita). Esse capítulo contempla a etapa de cozinhar do sistema alimentar e também se relaciona com a dimensão cultural e de consumo de alimentos locais da Segurança Alimentar e Nutricional. O desafio de preparar o alimento é importante por gerar autonomia e facilitar a reflexão e o exercício das dimensões sensoriais, cognitivas e simbólicas da alimentação (MDS, 2012).

Após descobrir que o cuscuz era feita com milho, Miguel fica curioso para saber o que mais poderia ser produzido com esse alimento, dessa forma essa é a problemática da segunda parte com o título: “Milho pra quê?”. Nesse capítulo as crianças devem reconhecer receitas tradicionais de família e procurar nos armários, despensas, geladeiras,

ou até mesmo em prateleiras de supermercados, alimentos que contenham milho na lista de ingredientes. Além de promover a cultura alimentar da família, o desafio desse capítulo contribui para a promoção do autocuidado, tendo em vista que desperta curiosidade das crianças para verificar as listas de ingredientes dos alimentos. O autocuidado é essencial para o processo de mudança de comportamento, sendo um dos principais caminhos para se garantir o envolvimento dos indivíduos nas ações de EAN (MDS, 2012).

O terceiro capítulo foi construído com o objetivo de apresentar a origem e produção dos alimentos. Com o título “Só acontece lá no campo.”, é hora de um pequeno agricultor entrar na história e fazer uma visita para as crianças na escola, para falar sobre plantio e cultivo dos alimentos, regionalismo e sazonalidade. A primeira curiosidade desse capítulo trata da sazonalidade de diferentes alimentos. A escolha do milho, como um dos alimentos da lista, foi feita de modo proposital tendo em vista que ele é destaque na história, os demais alimentos foram escolhidos de forma aleatória. A segunda curiosidade estava relacionada à cultura alimentar ao redor do mundo, apresentando pratos de diversos países: Tacos Mexicanos, do México; Alfajor, da Argentina; Goulash, da Hungria; Pastel de Belém, de Portugal; Escargot, da França; Chucrute, da Alemanha; e o Quibe, do Líbano e Síria. Esses também foram escolhidos de forma aleatória. No primeiro desafio desse capítulo, a criança deve escolher um alimento regional e sazonal para experimentar e desenhar na revista e no segundo ela deve escolher uma das regiões do país para caracterizar o clima e identificar alimentos típicos. Esse capítulo aborda a etapa de produção do sistema alimentar e promove a sustentabilidade social, ambiental e econômica por meio da valorização da cultura alimentar e do consumo de alimentos regionais e sazonais.

O capítulo 4 mostra como o milho pode se transformar em um produto industrializado e os salgadinhos de pacote são utilizados como exemplo. Nesse capítulo chamado “E o alimento pronto no mercado?”, Miguel passa o dia na fábrica de salgadinhos da amiga da sua mãe, “tia Sônia”. Para melhor compreensão sobre o processo produtivo de uma indústria alimentícia, é indicado que as crianças assistam a uma animação disponível no site *youtube* chamada “*The Scarecrow*” (O espantalho). Essa animação mostra como funciona o processamento dos alimentos dentro de uma fábrica, e como o marketing falseia alguns conceitos, como o de os alimentos serem naturais. Com o objetivo de oferecer

melhorar capacidade crítica para identificação de informações enganosas, transmitidas pela indústria de alimentos, o desafio desse capítulo é assistir a desenhos e jogar na internet, para reconhecer propagandas e identificar se o que elas apresentam é verdade ou mentira e porquê.

O quinto e último capítulo aborda a etapa de descarte e produção de resíduos, tendo como título “Depois vai para o lixo.”. Ao final da visita na fábrica, Miguel encontra com a síndica do seu prédio, Dona Maria, que está colando vários cartazes sobre coleta seletiva. A partir de uma conversa com ela, o personagem principal começa a entender as diferenças entre materiais recicláveis e não recicláveis. A primeira dica do capítulo ensina as crianças, a produzir em casa o seu próprio minhocário ou composteira, com o objetivo de promover consciência sustentável. A segunda dica é o filme “*Wall-E*”, no qual um robô é criado para ajudar na limpeza do lixo na Terra, pois a população não conseguiu controlar a produção de lixo. O filme promove uma reflexão sobre como nós influenciamos no bem do nosso planeta e das pessoas que vivem nele.

Após a finalização da produção do conteúdo da revista ela será diagramada por um profissional que também fará as ilustrações, a seguir a revista será impressa. Essa etapa do projeto tem duração estimada de três semanas.

Após a impressão a revista será aplicada com as crianças. Analisando o cenário de possíveis locais de aplicação, se preferiu aplicar em uma escola na qual as crianças já tivessem contato com o profissional da área de Nutrição devido à facilidade do contato. As turmas escolhidas para participar do projeto foram as de quarto e quinto ano. No quarto ano as nove crianças que participaram tem nove e dez anos de idade e no quinto ano, das seis crianças participantes, três possuem onze anos de idade e as outras quatro possuem dez. Essas turmas foram escolhidas devido a maior participação e adesão dos pais, além da maturidade das crianças. Antes do início das atividades devem ser enviados aos pais os termos de consentimento livre e esclarecido (anexo 1) e o termo de autorização para utilização de imagem e som de voz para fins de pesquisa (anexo 2), para participação das crianças. Além desses dois termos assinados pelos pais, o(a) diretor(a) responsável pela escola também deve assinar um termo concordando com a co-participação da

instituição(anexo 3). As atividades só devem ser iniciadas com as assinaturas desses documentos.

Os encontros são programados para ter duração de trinta minutos. O tempo pode variar cerca de dez minutos dependendo da adesão das crianças aos desafios, do número de páginas de cada capítulo e do grau de dificuldade das atividades. No primeiro encontro os alunos e o condutor da intervenção devem ser apresentados. Além disso, deve ser feita uma introdução sobre como o material deverá ser usado e a periodicidade dos encontros. O segundo encontro se inicia com a discussão do desafio do Capítulo 1, depois os alunos devem lembrar o que foi lido no último encontro e só então se dá início a leitura do próximo capítulo. Os demais capítulos apresentam a mesma dinâmica do segundo, a única peculiaridade é que no quarto dia de intervenção, ou seja, no dia da discussão do desafio do capítulo 3, o moderador do grupo deve levar alimentos regionais para que as crianças possam cheirar, tocar e provar alimentos diferentes dos que elas já conhecem. No sexto e último encontro aconteceu a discussão do desafio do capítulo 5 e encerramento das atividades. Foi realizado um encontro semanal, as quartas, devido à dinâmica pedagógica da escola.

As atividades, compreensão e interesse das crianças pelo material serão avaliados utilizando-se a percepção da moderadora a adesão aos desafios e dicas propostos, pela memória das crianças sobre o que foi lido no último encontro, pela participação ativa com perguntas e entrosamento com o tema durante as leituras dos capítulos.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

1º encontro - 24 de setembro de 2014

Teve início às 13h30min com a turma do quarto ano. A intervenção começou com uma apresentação onde todos falavam nome e idade, inclusive a nutricionista do local e a pessoa responsável pela intervenção. Depois foi feita a apresentação do projeto e do instrumento (revista) a ser utilizado. A revista foi entregue a cada uma das crianças e foram dadas orientações sobre o cuidado que as crianças deveriam ter, como não amassar, não molhar, não perder e não rasgar.

Após esse momento se iniciou a leitura da revista pela introdução, onde o personagem principal e suas principais características são apresentados. Indo adiante, iniciou-se a primeira parte. A dinâmica escolhida para leitura da revista foi a de que os diálogos seriam lidos por alunos voluntários e interessados, as demais partes seriam lidas pela condutora a atividade.

O primeiro dia de intervenção teve duração de trinta minutos, em cada turma. Ao final todas as crianças demonstraram empolgação e motivação para realização do desafio, manifestando interesse em realizar várias receitas. Também surgiram dúvidas sobre o que eram alimentos saudáveis, as vantagens de uma alimentação vegetariana e sobre programas de televisão sobre alimentação infantil como o “Socorro, meu filho come mal!”. As dúvidas foram tiradas pela aluna responsável pela intervenção e pela nutricionista da escola.

2º encontro - 01 de outubro de 2014

O encontro com a primeira turma (quarto ano) se iniciou às 13h30min e teve duração de vinte minutos. Nesse dia, apenas três das nove crianças participantes estavam com o material em sala de aula. Um delas estava participando da atividade pela primeira vez, pois tinha faltado ao primeiro encontro. Iniciou-se discutindo o desafio do capítulo 1 que era preparar uma receita em casa. Apenas três crianças conseguiram finalizar a atividade. A maioria relatou não saber da existência do encontro naquele dia e apenas um deles relatou não ter tido tempo com a família para realização da atividade devido a outras

prioridades. As receitas realizadas foram sanduíche de peito de peru (duas crianças) e purê de batata.

Na segunda turma, quinto ano, também apenas três crianças conseguiram fazer as receitas e foram elas: omelete de carne moída, frozen iogurte de morango e pad thai (prato da culinária tailandesa).

Os que fizeram o desafio relataram já ter cozinhado outras vezes e ter gostado da experiência. Três crianças relataram ter cozinhado sozinhas, as receitas foram o sanduíche e o frozen iogurte de morango. Uma das crianças relatou que possui o hábito de procurar receitas na internet e preparar. Os que fizeram frozen, omelete, pad thai e purê de batata compartilharam os pratos com os demais membros da família, mas os que fizeram sanduíche comeram sozinhos. As crianças que não realizaram o desafio perguntaram se ainda poderiam fazer e apresentar nos próximos encontros, então ficou combinado que quem ainda conseguisse fazer poderia levar para discutirmos no próximo encontro.

Após a apresentação das receitas, em ambas as turmas, um dos alunos lembrou o que havia sido lido no último encontro e então, iniciou-se o segundo capítulo. Os comentários com relação a esse capítulo foram de que ele foi muito curto. Nessa segunda parte existem dois desafios que foram apresentados e explicados. As dúvidas foram com relação a forma de apresentação do rótulo na revista e na turma do quinto ano algumas crianças começaram a se perguntar se alguns produtos do dia a dia eram feitos com milho, como o cereal matinal. Elas foram para casa com essas dúvidas e deveriam voltar ao terceiro encontro com as respostas, apresentando os rótulos dos alimentos.

3º Encontro – 15 de outubro de 2014

Esse encontro se iniciou com as crianças que não haviam feito o primeiro desafio. As preparações foram: sanduíche de berinjela, bolo de caneca. A primeira relatou não ter hábito de cozinhar e que só fez o sanduíche para cumprir o desafio. A segunda falou que fez o bolo com a ajuda da mãe e que o único problema foi a massa ter vazado da caneca. Depois disso, se lembrou sobre o último encontro e o desafio. Seis crianças do quarto ano fizeram o primeiro desafio e as receitas de família encontradas foram: quirera (sopa de milho), curau (3x), mingau, polenta, cuscuz (3x), milho cozido, canjica (2x), bolo de fubá

(3x), pipoca caramelizada. Na turma do quinto ano, seis crianças fizeram e as preparações foram: lasanha rural, cuscuz (5x), bolo de milho (4x), strogonoff, pipoca (4x), canjica (2x), pamonha, cuca, farofa, pão de milho, curau de milho (2x), empada de frango, ceviche, suco de milho roxo.

Sobre o desafio “Tem milho e tem no meu armário”, cinco alunos do quarto ano o fizeram e os alimentos trazidos: milho em conserva (3x), milho para pipoca (3x), farinha de milho (2x), creme de milho, canjiquinha de milho, óleo de milho. No quinto ano, seis crianças o fizeram e os alimentos foram: salgadinho de milho (2x), milho em lata (2x), pipoca, maisena, balas, pirulito, biscoitos, farinha de cuscuz, pipoca, cereal matinal.

As crianças lembraram sobre uma atividade realizada na escola que desvendava a composição dos alimentos, como o recheio do biscoito, onde também pode ser encontrado o milho. Foi interessante o relato das crianças sobre a leitura do rótulo de alguns alimentos, como os doces, para conferir se tem milho ou não. Ao fim dessa discussão se iniciou a leitura do capítulo 3.

4º Encontro – 22 de outubro de 2014

O primeiro desafio a ser discutido nesse dia foi sobre os alimentos escolhidos para serem experimentados e desenhados. No quarto ano, sete crianças cumpriram esse desafio e os alimentos escolhidos foram: brócolis, figo (duas vezes), pêra do cerrado, manga, jabuticaba (duas vezes). Duas crianças relataram não ter provado o alimento, uma foi no caso da manga por dizer não gostar e a outra foi no caso do figo, pois a criança disse que pesquisou na internet, mas a mãe não conseguiu comprar. No quinto ano apenas dois alunos fizeram o primeiro desafio e os alimentos encontrados e degustados foram o brócolis e a jabuticaba.

No segundo desafio, as crianças deveriam pesquisar sobre as principais características do clima e quais eram as frutas, vegetais ou pratos típicos de pelo menos uma, das cinco regiões do Brasil. No quarto ano, três crianças falaram sobre a região Sul. Elas caracterizaram o clima como mesotérmico do tipo temperado, com relação aos alimentos, uma delas os caracterizou de acordo com os estados, então ela pesquisou que o prato típico do Paraná era o “barreado”, o de Santa Catarina é o “marreco recheado” e o do

Rio Grande do Sul é o “churrasco”. Outra criança falou sobre o purê de abóbora e outra falou que em uma viagem, percebeu que os frutos do mar estão presentes na alimentação dos habitantes da região Sul. Uma mesma aluna que caracterizou a região Sul, trouxe informações sobre a região Norte, relatando que a região apresenta um clima tropical litorâneo e que os alimentos típicos eram: açaí, carambola, graviola e cajá. Outras três crianças trouxeram informações sobre a região Nordeste, elas caracterizam o clima como quente e úmido e os alimentos encontrados foram: açaí, pupunha, cajá, jambo, tamarindo, coco, caju e siriguela. No quinto ano esse desafio foi feito por três crianças. Uma delas falou sobre a região Centro Oeste, caracterizando seu clima como equatorial e tropical e o alimento tradicional foi o pequi, muito encontrado na culinária sertaneja. Outro aluno falou sobre a região Sul e caracterizou seu clima como mesotérmico do tipo temperado, com relação a comida ele encontrou que lá existe forte plantação de uvas e são encontrados vários de seus subprodutos como o sumo, doces e vinhos. Por fim, o ultimo aluno falou sobre a região Nordeste e caracterizou o clima como quente e falou sobre o açaí que cresce em uma palmeira, podendo ser utilizado para fazer sucos, sorvetes e vitaminas.

Como o tema desse desafio foi regionalismo e sazonalidade, as crianças foram convidadas a conhecer a manga e o caju, que estão na sua safra durante esse período na região de aplicação da atividade. Antes de provar a fruta, as crianças foram encorajadas a cheirar e pegar (no caso do caju). A manga foi levada já cortada e todas as crianças comeram bastante, inclusive as que relatavam não gostar de manga, dizendo que haviam mudado de opinião. Na turma do quarto ano, apenas uma criança relatou conhecer o caju, mas nunca havia experimentado, na do quinto ano nenhuma conhecia e compararam seu cheiro ao de sucos industrializados. No geral as crianças gostaram de provar um alimento novo, mas apenas quatro relataram de fato ter apreciado o gosto do caju, sendo que a maioria reclamou do gosto adstringente. Foram levadas cinco mangas cortadas e nove cajus inteiros. A manga acabou durante a atividade e só foram utilizados três cajus, sendo que uma criança pediu para levar um para casa.



Depois dessa atividade foi dado inicio a leitura do capítulo 4 do material.

5º Encontro - 29 de outubro de 2014

Esse encontro começou com a discussão sobre a veracidade das propagandas de alimentos veiculadas na televisão, na internet ou até mesmo nos rótulos. Cinco alunos do quarto ano e dois alunos do quinto ano fizeram a atividade proposta. Apesar disso, todos os alunos participaram da discussão e deram suas opiniões sobre o tema. Os alimentos trazidos para discussão foram:

Alimento	Meio de veiculação	4º ano	V ou M	5º ano	V ou M
Cereal matinal sabor chocolate	Televisão	1x	V	1x	V
Cereal matinal com açúcar	Televisão	3x	V	0	-
Picolé de cristais doces e coloridos	Televisão	1x	M	0	-
Biscoito de coco	Internet	1x	V	0	-
Leite Italac	Televisão	1x	M	0	-
Leite Mococa	Televisão	1x	M	1x	M
Salgadinho	Rótulo	0	-	1x	M
Panetone	Rótulo	0	-	1x	M
Suco de caixinha	Rótulo	0	-	1x	V

Os cereais tiveram sua publicidade caracterizada pelas crianças como verdadeira pelo fato da empresa dizer que o alimento oferece energia e que se a energia for gasta não tem problema ingerir o alimento. A nutricionista e a moderadora esclareceram as crianças sobre a qualidade da energia que ingerimos pois apesar desse alimento oferecer energia, ele é fonte de açúcar e gordura, e traz características ruins para a nossa alimentação, dessa forma não deve ser um alimento a estar presente frequentemente na alimentação.

De acordo com a descrição da aluna que discutiu a publicidade do Picolé de cristais doces e coloridos, a propaganda fazia uso de um personagem infantil (Max) que dizia que o picolé oferecia energia suficiente para as atividades diárias. Além de lembrar sobre a qualidade energética a ser ingerida, que já havia sido discutida, a aluna disse que a propaganda era enganosa, pois um picolé não fornece energia para um dia todo. Outros alunos se lembraram dessa propaganda e todos concordaram com a justificativa. Algumas falas das crianças nessa parte da discussão foram: “Mas é só um picolé!” e “Eu acho que pra ter energia a gente tem que comer coisas saudáveis!”

A propaganda do biscoito de coco se baseava no fato de que o biscoito realmente era feito de coco e quando o aluno foi verificar o rótulo do produto ele disse que o coco era o segundo ou terceiro da lista de ingredientes, por isso a propaganda foi classificada como verdadeira. Foi discutido com os alunos sobre a ordem dos ingredientes na lista apresentada na embalagem, eles já tinham conhecimento sobre o assunto e concordaram com o que estava sendo dito.

Com relação a publicidade dos leites as crianças classificaram como mentirosa devido ao fato de como eles apresentam o processo de produção de forma sustentável e natural, quando na verdade eles sabem que o processo é bastante mecanizado, podendo muitas vezes trazer insegurança sanitária para as vacas e até mesmo para o consumo humano.

O rótulo do Cheetos foi classificado como mentiroso por dizer que o alimento não contém gordura, mas na verdade no processo de produção desse alimento é adicionado gordura, por isso as crianças concordaram que isso era mentiroso. Esse produto pode ser livre de gordura trans, mas não de qualquer tipo de gordura.

A propaganda do panetone foi classificada como mentirosa pelo fato de apresentar a imagem de um panetone cheio de frutas cristalizadas, mas quando o consumidor abre o produto quase não encontra frutas nele. O mesmo foi lembrado pelas crianças nos casos dos panetones de chocolate.

No suco de caixinha, o rótulo dizia que ele era livre de açúcar e conservantes, o que é verdade. No caso específico dessa marca de suco realmente não é utilizado açúcar e o conservante é natural, a única crítica com relação a esse suco foi a ausência de frutas, confirmando que os sucos naturais continuam sendo a melhor opção.

Dos dois grupos, apenas duas crianças, ambas do quarto ano, assistiram ao vídeo indicado. O comentário foi de que o espantalho começava o vídeo triste porque ele estava trabalhando em um lugar que ele não estava acostumado, pois ele foi feito para trabalhar no campo e estava trabalhando na fábrica, além disso, as vacas eram maltratadas no processo de produção. Mas depois o espantalho começa a produzir seus alimentos naturais e vender, então ele fica feliz.

Ao fim da discussão das atividades se iniciou a leitura do capítulo 5 que tem o seguinte título: “Depois vai para o lixo”. A dica que mais chamou atenção foi sobre a energia gerada a partir da reciclagem de uma lata de alumínio. Já na dica do minhocário as crianças lembraram que tem um na escola e perguntaram sobre a especificidade da minhoca a ser utilizada. Quando foi lida a dica sobre o filme Wall-e a maioria das crianças relatou já ter assistido e fizeram comentários sobre o perfil nutricional da população humana na terra e sobre o excesso da produção de lixo.



6º encontro – 05 de novembro de 2014

O último encontro aconteceu no dia 05 de novembro e seu objetivo era finalizar o projeto. No grupo das crianças do quarto ano, elas iniciaram a discussão falando sobre a coleta seletiva em suas casas. Todos conseguiram recortar as dicas sobre como separar o lixo e colocar perto das lixeiras de suas casas. Quando perguntadas se haviam conseguido assistir ao filme, apenas dois relataram ter assistido e conseguiram relacionar o filme com o ultimo capítulo. Por fim, todas as crianças manifestaram ter gostado de participar das atividades, principalmente do dia de experimentar alimentos e dos desafios dos capítulos 1, 3, 4 e 5.



Na turma do quinto ano a dinâmica seguiu da mesma forma, todos relataram separar o lixo em casa, mas refletiram sobre como acontecia a separação do lixo em seus prédios. Um dos alunos relatou que em casa ele e sua família faziam sua parte, mas em seu prédio eles juntavam todo o lixo e descartavam sem preocupações com a coleta seletiva e reciclagem. Os alunos lembraram também, que na escola houve um período em que o lixo era separado dentro do ambiente escolar, mas na hora do descarte para coleta do caminhão, era colocado tudo junto. Então, os alunos foram conversar com a direção da escola que passou a ficar mais atenta a separação dos lixos e a coleta seletiva. Nesse grupo apenas um

aluno assistiu ao filme depois de ler a revista e relacionou o filme com a parte de reciclagem. A reação ao final da revista também foi muito positiva e nessa turma foi unânime a preferência pelo desafio de fazer receitas.



No geral, no quarto ano participaram nove crianças e do quinto ano seis crianças. A participação, interação e assimilação de conteúdo foram mais percebidas na turma do quinto ano. Isso se deve as crianças serem mais velhas e conseguirem se concentrar mais, além dessa turma contar com menor número de crianças participantes, o que facilitou o controle de conversas paralelas. As crianças do quarto ano também receberam o projeto muito bem, mas apresentavam maior dificuldade de concentração.

5. CONCLUSÃO

A realização desse Trabalho de Conclusão de Curso coincidiu com o lançamento do novo Guia Alimentar para a população brasileira e um dos princípios que ele traz é o da alimentação adequada e saudável derivando de um sistema alimentar social e ambientalmente sustentável, assim como o Marco de Referência de EAN para políticas públicas, também traz a abordagem do sistema alimentar como um dos princípios das ações de EAN. Esses dois documentos confirmam o raciocínio que foi utilizado para construção da revista, que é o de que o sistema alimentar pode promover justiça social e proteger o ambiente a partir do momento que o consumidor faz suas escolhas alimentares.

Dessa forma, o instrumento desenvolvido permitiu que as crianças fizessem uma reflexão sobre as diversas etapas do sistema, como elas estão inseridas nesse contexto e como podem adotar práticas alimentares e sociais que promovam a saúde.

As crianças são diariamente expostas a informações diversas, em todos os tipos de mídias e é importante que elas tenham um apoio, direcionamento e acompanhamento sobre as consequências das suas atitudes e escolhas perante a sociedade. É importante ressaltar que a escola que aceitou participar do projeto já possui acompanhamento de nutricionista e demonstra interesse e preocupação com a formação das crianças diante ao atual contexto mundial. Ou seja, as crianças têm conhecimentos sobre diversidade cultural e alimentar, reciclagem e separação dos lixos, uso de compostos orgânicos, agrotóxicos, alimentação saudável, entre outros. Tudo isso facilitou a aplicação da revista, tendo em vista que eram crianças que já demonstravam algumas preocupações sociais e que também traziam de casa posicionamentos dos pais sobre os assuntos debatidos.

Esse instrumento de EAN é de fácil aplicação, aceitabilidade e pode ser facilmente conciliado com o calendário acadêmico das escolas, facilitando a sua utilização e aplicação. É importante refletir sobre a inserção desse material no meio online, podendo ser desenvolvidos até mesmo aplicativos que permitam maior interação com o material. Para dar continuidade ao projeto, também podem ser desenvolvidas revistas que tenham outros temas, além do milho, e que assim contemplem os diversos alimentos que chegam a nossa mesa diariamente.

Levando-se em consideração todos esses aspectos, conclui-se que o resultado final do projeto foi extremamente positivo, pois a revista foi desenvolvida com um tema atual e relevante para a Educação Alimentar e Nutricional, além de ter permitido que os objetivos iniciais do trabalho fossem alcançados, ou seja, as crianças se envolveram com as atividades propostas, assimilando ao final o objetivo do instrumento.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ABIMILHO - Associação Brasileira das Indústrias de Milho. O cereal que enriquece a alimentação humana. São Paulo, 2011.
2. BARBOSA, N.V.L. et al. Alimentação na escola e autonomia – Desafios e possibilidades. *Ciência e Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v.18, n.4, p. 937 – 945, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013000400005&lng=en&nrm=iso . Acesso em 17 de outubro de 2014.
3. BIZZO, M.L.G.; LEDER, L. Educação nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 18, n.5, set./out. 2005. Disponível em: http://ideiasnamesa.unb.br/upload/bibliotecaIdeias/1394113298Educacao_nutrituric_nos_parametros_curriculares.pdf Acesso em: 15 de maio de 2014.
4. BOOG, M.C.F. Educação Nutricional: passado, presente e futuro. *Revista Nutrição PUCCAMP*, Campinas, v.10, n 1, p. 5-19, jan./jun 1997. Disponível em: http://www.faculdadeguararapes.edu.br/site/hotsites/biblioteca/educacaonutricieduc_passado-presente-futuro59500.pdf. Acesso em 20 de abril de 2014.
5. BOOG, M.C.F. Contribuições da Educação Nutricional à Construção da Segurança Alimentar. *Saúde em Revista*, Piracicaba, v.6, n13, p. 17-23, maio/ago 2004. Disponível em: <http://www.unimep.br/phpg/editora/revistaspdf/saude13.pdf> > Acesso em: 16 de maio de 2014.
6. Brasil. Programa Nacional de Alimentação do Escolar. Fundo Nacional de Desenvolvimento a Educação. 2014. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/index.php/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-apresentacao>>. Acesso em: 20 de maio de 2014.
7. Brasil. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. 1ª Ed. Brasília: Ministério da Saúde. 2012. 86p.
8. Brasil. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas. Brasília, DF: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. 2012. 67p.

9. BRASIL. Construção do Sistema e da Política de Segurança Alimentar e Nutricional: a experiência brasileira. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. 2009. 90p. Disponível em: <https://www.fao.org.br/download/Seguranca_Alimentar_Portugues.pdf>. Acesso em: 21 de maio de 2014.
10. BRASIL. Lei nº 11346 de 15 de setembro de 2006. Dispõe sobre a criação do Sistema de Segurança Alimentar e Nutricional- SISAN com vistas em assegurar o Direito Humano à Alimentação Adequada e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 15 de set. de 2006.
11. BRASIL. Ministério da Saúde. Política nacional de alimentação e nutrição. 2ª ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2003.
12. CANDEIAS, N.M.F. Conceitos de educação e de promoção em saúde: mudanças individuais e mudanças organizacionais. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v. 31, n.2, abr.1997. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89101997000200016> Acesso em: 07 de abril de 2014.
13. ELLISON, D.R.; STEER, H.; JONES, T.M. **Mission Explore: Food**. Grã- Betanha: The Geography Collective and City Farmers, 2012.
14. GUIMARÃES, L.V.B.; BARROS, M.B.A.; MARTINS, M.S.A.S.; DUARTE, E.C. Fatores associados ao sobrepeso em escolares. Revista de Nutrição, Campinas, v. 19, n. 1, jan./fev. 2006. Disponível em: <http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/12915/1/ARTIGO_FatoresAssociadosSo_brepeso.pdf>. Acesso em: 02 de abril de 2014.
15. HAWKES, C., et al. Identifying effective food systems solutions for nutrition and noncommunicable diseases: creating policy coherence in the fats supply chain. **SCN News: Changing Food System for Better Nutrition**. Geneva, v. 40, p. 39 – 47, 2013.
16. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008_2009_encaa/pof_20082009_encaa.pdf>. Acesso em: 02 de abril de 2014.

17. KAUFMAN J, KAMESHWARI P. The food system: a stranger to the planning field. *APA Journal*. 2000; 66(2):113-124.
18. KOCK, P.; BARTON, A.C.; CONTENTO, I.; CRABTREE, M. Farm to table and beyond: Helping students make sense of the global system. *Science Scope*, 2008. Disponível em: < <http://blogs.tc.columbia.edu/cfe/files/2010/09/Farm-to-Table-Beyond-NSTA.pdf>>. Acesso em: 23 de maio de 2014.
19. MALUF, R.S. Segurança alimentar e fome no brasil -10 anos da cúpula mundial de alimentação. Rio de Janeiro: CERSAN – UFRJ, 2006. 67 p. (Relatório Técnico 2).
20. ORGANIZAÇÃO PAN AMERICANA DE SAÚDE. Escolas Promotoras de Saúde: Fortalecimento da Iniciativa Regional. Série Promoção da Saúde n. 4. Washington, 2003. Disponível em: <<http://www.bvsde.paho.org/bvsdeescuelas/fulltext/EPSportu.pdf>> Acesso em: 15 de maio de 2014.
21. RAMOS, F. P.; SANTOS, L.A.S.; REIS, A.B.C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 29, n. 11, Nov. 2013 . Disponível em: <http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013001600003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 23 Out. 2014.
22. RUBENSTEIN H.; BARTON, A.C.; KOCH, P.; CONTENTO, I.R. From Garden to table. *Science and Children and National Science Teacher Association*. Março de 2006. Disponível em : <<http://blogs.tc.columbia.edu/cfe/files/2010/09/From-Garden-to-Table-NSTA.pdf>>. Acesso em: 22 de maio de 2014.
23. SILVEIRA, A.C.J.; TADDEI, J.A.A.C.; GUERRA, P.H.; NOBRE, M.R.C. A efetividade de intervenções de educação nutricional nas escolas para prevenção e redução do ganho excessivo de peso em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. *Jornal de Pediatria*, São Paulo, v.87, n.5, jun./2011. Disponível em: <http://ideiasnamesa.unb.br/upload/bibliotecaIdeias/1399989844A_efetividade_de_intervencoes.pdf>. Acesso em: 15 de maio de 2014.
24. TRICHESA, R.M.; GIUGLIANIB, E.R.J. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v.39, n.4, 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v39n4/25523.pdf>>. Acesso em: 16 de maio de 2014.

25. Universidade Columbia - The Center for Food and Environment: Teachers College. Food System Learning Progressions: Using learning progressions to track students understandings about the food system. Disponível em: <http://blogs.tc.columbia.edu/cfe/research/intervention-research-studies/food-system-learning-progressions/> . Acesso em: 21 de maio de 2014.
26. Universidade Columbia - The Center for Food and Environment: Teachers College. The Science of Food Choice. 2010. Disponível em: < <http://blogs.tc.columbia.edu/cfe/files/2010/07/The-Science-of-Food-Choice.pdf>>. Acesso em: 21 de maio de 2014.
27. VITOLO, M. R. Nutrição da gestação ao envelhecimento. Rio de Janeiro: Rubio, 2008.
28. YOKOTA, R.T.C.; VASCONCELOS, T.F.; PINHEIRO, A.R.O; SCHMITZ, B.A.S.; COITINHO, D.C.; RODRIGUES, M.C.F. Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. Revista de Nutrição, Campinas, v. 23, n. 1, jan./fev. 2010. Disponível em: <http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/13537/1/ARTIGO_ProjetoEscolaPromovendo.pdf>. Acesso em: 07 de abril de 2014.

7. ANEXOS

Anexo 1 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido



NUT – Departamento de Nutrição

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE

Convidamos o(a) seu(ua) filho(a)/dependente a participar do projeto de pesquisa “De onde vem nossa comida?”, sob a responsabilidade da pesquisadora Ana Maria Maya, orientada por Elisabetta Recine. O projeto foi construir uma ferramenta de Educação Alimentar e Nutricional para crianças entre 9 e 11 anos que tivesse como fio condutor do conteúdo, as etapas do sistema alimentar.

O objetivo desta pesquisa é apresentar as etapas do sistema alimentar e promover maior consciência sobre escolhas alimentares e seus desdobramentos, por meio da leitura de uma revista e realização de desafios.

O(a) senhor(a) receberá todos os esclarecimentos necessários antes e no decorrer da pesquisa e lhe asseguramos que seu nome não aparecerá sendo mantido o mais rigoroso sigilo pela omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo(a)

A sua participação se dará por meio de encontros realizados no Colégio Arvense, em dias e horários que não atrapalhem as atividades programadas pela equipe acadêmica. Nesses encontros será lido um capítulo da revista em conjunto com os alunos e será discutido o último desafio realizado em casa, na data combinada com um tempo estimado de 30 minutos para sua realização.

Serão realizadas atividades de preparação de alimentos. Todas as atividades que utilizarem objetos cortantes e/ou fogo serão supervisionadas por adultos. Os alimentos serão pré preparados por adultos para reduzir ao máximo o contato dos estudantes com situações que possam envolver qualquer risco. Se você aceitar que seu(ua) filho(a)/dependente participe, estará contribuindo para o desenvolvimento de estratégia de Educação Alimentar e Nutricional que promova maior autonomia na criança com relação a

escolha alimentar e que permita que ela valorize hábitos alimentares saudáveis, não apenas relacionados a alimentação, mas também ao meio ambiente.

O(a) seu(ua) filho(a)/dependente pode se recusar a responder (ou participar de qualquer procedimento) qualquer questão que lhe traga constrangimento, podendo desistir de participar da pesquisa em qualquer momento sem nenhum prejuízo para o(a) senhor(a) ou para ele(a). A participação é voluntária, isto é, não há pagamento pela colaboração do(a) seu(ua) filho(a)/dependente.

Todas as despesas que você tiver relacionadas diretamente ao projeto de pesquisa (passagem para o local da pesquisa, alimentação no local da pesquisa ou exames para realização da pesquisa) serão cobertas pelo pesquisador responsável.

Caso haja algum dano direto ou indireto resultante dos procedimentos de pesquisa, você poderá ser indenizado, obedecendo-se as disposições legais vigentes no Brasil.

Os resultados da pesquisa serão divulgados na Universidade de Brasília podendo ser publicados posteriormente. Os dados e materiais utilizados na pesquisa ficarão sob a guarda do pesquisador por um período de no mínimo cinco anos, após isso serão destruídos ou mantidos na instituição.

Se o(a) Senhor(a) tiver qualquer dúvida em relação à pesquisa, por favor telefone para: Ana Maria Thomaz Maya Martins, no telefone (61) 9963-7723, no horário de 08:00 às 18:00.

Este projeto foi Aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências da Saúde (CEP/FS) da Universidade de Brasília. O CEP é composto por profissionais de diferentes áreas cuja função é defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos. As dúvidas com relação à assinatura do TCLE ou os direitos do participante da pesquisa podem ser obtidos através do telefone: (61) 3107-1947 ou do e-mail cepfs@unb.br ou cepfsunb@gmail.com, horário de atendimento de 10hs às 12hs e de 14hs às 17hs, de segunda a sexta-feira.

Este documento foi elaborado em duas vias, uma ficará com o pesquisador responsável e a outra com o Senhor(a).

Nome / assinatura

Pesquisador Responsável

Nome e assinatura

Brasília, de outubro de 2014.

Anexo 2 – Termo de Autorização para utilização de imagem e som de voz para fins de pesquisa

Termo de Autorização para Utilização de Imagem e Som de Voz para fins de pesquisa

Eu,

, autorizo que sejam realizadas fotografias, filmagens ou gravação de meu filho/dependente na qualidade de participante no projeto de pesquisa intitulado “De onde vem nossa comida?”, sob responsabilidade de Ana Maria Thomaz Maya Martins, orientada por Elisabetta Recine, vinculada ao Departamento de Nutrição da Universidade de Brasília.

As imagens e sons podem ser utilizados apenas para análise por parte da equipe de pesquisa, apresentações em conferências profissionais e/ou acadêmicas, atividades educacionais e em publicações científicas.

Tenho ciência de que não haverá divulgação da imagem nem som de voz por qualquer meio de comunicação, sejam elas televisão, rádio ou internet, exceto nas atividades vinculadas ao ensino e a pesquisa explicitada acima. Tenho ciência também de

que a guarda e demais procedimentos de segurança com relação às imagens e sons de voz são de responsabilidade do(a) pesquisador(a) responsável.

Deste modo, declaro que autorizo, livre e espontaneamente, o uso para fins de pesquisa, nos termos acima descritos, da minha imagem e som de voz.

Este documento foi elaborado em duas vias, uma ficará com o(a) pesquisador(a) responsável pela pesquisa e a outra com o(a) participante.

Assinatura do (a) responsável

Assinatura do (a) pesquisador (a)

Brasília, ____ de _____ de _____

Anexo 3 – Termo de concordância de instituição co-participante

TERMO DE CONCORDÂNCIA DE INSTITUIÇÃO CO-PARTICIPANTE

A Margareth Silva Ernandes Nogueira, do Colégio Arvense está ciente de suas co-responsabilidades como instituição co-participante no cumprimento da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, na realização da pesquisa “De onde vem nossa comida?”, de responsabilidade da pesquisadora Ana Maria Thomaz Maya Martins, orientada por Elisabetta Recine, para apresentar as etapas do sistema alimentar e promover maior consciência sobre escolhas alimentares e seus desdobramentos por meio da aplicação de uma revista infantil, após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da com Seres Humanos da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília.

O estudo envolve leitura de uma revista infantil e realização de desafios com alunos do colégio. O projeto deve acontecer durante um mês, com realização de seis encontros com duração de aproximadamente 30 minutos cada um.

Brasília,

Diretor responsável do Colégio:

Assinatura/carimbo

Chefia responsável pelo Colégio:

Assinatura/carimbo

Pesquisador Responsável pelo protocolo de pesquisa:

Assinatura

Anexo 4 – Fotos













